

文京福祉センター江戸川橋 月間予定表

住所：文京区小日向2-16-15 TEL：03-5940-2901



8
-2025-



公式ホームページ
QRコード

日

月

火

水

木

金

土

27



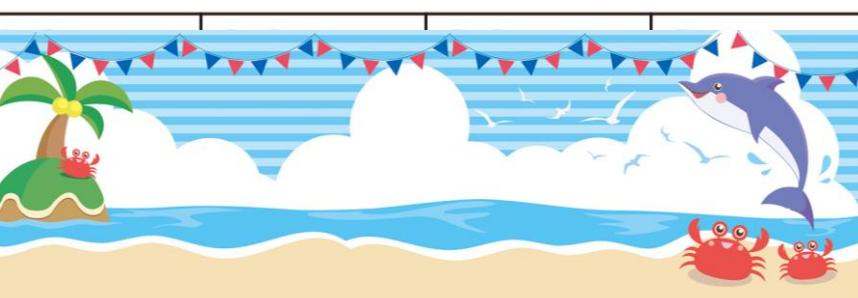
3

手芸の広場

10:00～

*大人の塗り絵

13:30～



4 *英会話教室
①9:15～
②11:00～
③13:30～

*リフレッシュ
UP体操
①13:30～
②14:30～

5 輪投げ
10:00～

*ほがらかクラブ
10:00～
寿カラオケ教室
13:30～

6 高齢者
マッサージ
10:30～

*和太鼓教室
経験者 9:30～
初心者 11:15～
からだ
コンディショニング
10:00～

7

*脳トレ! 筋トレ!
リズムトレ!
① 9:45～
② 11:15～
③ 13:30～

1 *まーじゃん
サロン

①10:00～

②13:30～

*リフレッシュ
UP体操

①10:30～

②11:30～

2

*歌謡曲のタベ
16:00～

9

盆踊り
(午後開催)

*裏面の「きずな」
に詳細を掲載

10

*切り紙で
遊ぼうSP
13:30～

ITよろず相談所
10:00～

11

*呼吸DEヨガ
10:30～

*リフレッシュ
UP体操
①13:30～
②14:30～

12 輪投げ
10:00～

*ほがらかクラブ
10:00～
折紙の会
13:30～
健康相談
13:15～

13 歌う会
9:00～

14

*俳句講座
13:30～

15

*まーじゃん
サロン
①10:00～
②13:30～

16

*サマーディスコ
13:30～

17

手芸の広場
10:00～

*大人の塗り絵

13:30～

*BFCボランティア
10:00～

18 *英会話教室
①9:15～
②11:00～
③13:30～

*リフレッシュ
UP体操
①13:30～
②14:30～

19 輪投げ
10:00～

*ほがらかクラブ
10:00～
お食事の
よろず相談
14:00～
寿カラオケ教室
13:30～

20 からだ
コンディショニング
10:00～

お食事の
よろず相談
14:00～
寿カラオケ教室
13:30～

21

*脳トレ! 筋トレ!
リズムトレ!
① 9:45～
② 11:15～
③ 13:30～

22 *麻雀教室
10:00～

*リフレッシュ
UP体操
①10:30～
②11:30～

23

*サムライ道場
14:00～

24

*クリエイト
ワークスSP
13:30～

ITよろず相談所
10:00～

25 *英会話教室
①9:15～
②11:00～
③13:30～

*リフレッシュ
UP体操
①13:30～
②14:30～

26 輪投げ
10:00～

*ほがらかクラブ
10:00～
折紙の会
13:30～
セカンドステージ
サポートゼミ
13:30～

27 歌う会
9:00～

*和太鼓教室
経験者 9:30～
初心者 11:15～
からだ
コンディショニング
10:00～
*BFCボランティア
10:00～
*写経会
14:00～

28

*脳トレ! 筋トレ!
リズムトレ!
① 9:45～
② 11:15～
③ 13:30～

29 *まーじゃん
サロン

①10:00～
②13:30～

30

*みんなで
歌いましょう♪
10:00～

*リフレッシュ
UP体操

①10:30～
②11:30～

31

シネマサロンSP
13:30～

※開催日時は状況に応じて変更になる場合が
ございます。あらかじめご了承下さい。



*印のプログラムに関しては、費用がかかります。詳細はチラシ等をご確認ください。

開館時間 9:00～21:30 休館日 年末年始 混浴 一般入浴 月～土 12:00～16:00